Acest site foloseste cookies. Navigand in continuare, va exprimati acordul asupra folosirii cookie-urilor Afla mai multe!

Motto: „ Adevărul este stăpânul nostru, nu noi stăpânim adevărul ”

3 februarie, 2024

€4.8694

$3.9660

Cauta...

ACTUAL

- **Dezvaluire medicala: Boala Alzheimer a fost răspândită prin tratamente care sunt astăzi interzise**

S-a schimbat Protocolul anti Covid: Medicamentul minune care devine obligatoriu!

Beneficiile surprinzătoare ale cafelei: Reduce riscul a două tipuri de cancer

UE interzice aceste electrocasnice în case. Lista completă a aparatelor și când intră în vigoare măsurile l

Război în Orientul Mijlociu: SUA lansează bombardamente de amploare în Siria și Irak: "Acesta este d

Afaceri ilegale cu arme la Kiev - Ministrul Apărării anunță suspedarea unui înalt oficial suspectat de co

Statele UE au votat prima lege care elimină înlocuirea oamenilor cu inteligența artificială!

Criza climatică se va vedea in portofel: FMI cere introducerea taxei pe carbon - "Ar determina o import

Beneficiile surprinzătoare ale cafelei: Reduce riscul a două tipuri de cancer

Postat la: 03.02.2024 | Scris de: ZIUA NEWS

0

Postează

Beneficiile medicinale ale cafelei: Reduce riscul a două tipuri de cancer. Cafeaua este cea mai populară băutură răcoritoare din lume. Cu toate acestea, zvonurile despre impactul negativ al acesteia asupra sănătății pot fi auzite și astăzi.

În urma a numeroase studii, oamenii de știință și medicii au descoperit că substanțele conținute în cafea blochează enzimele care favorizează creșterea celulelor canceroase. Cercetările arată că un consum regulat de cafea reduce riscul de cancer de colon și de ficat. În plus, cofeina și acidul clorogenic conținute în cafea au un efect pozitiv asupra metabolismului. Cu toate acestea, aceste studii se află doar în stadii inițiale, astfel încât impactul total al substanțelor conținute în cafea asupra celulelor canceroase nu este pe deplin înțeles.

Mulți oameni se tem că cafeaua deshidratează organismul. In realitate, cofeina are un efect diuretic pe termen scurt. Cu toate acestea, odată cu consumul regulat de cafea, organismul nostru se obișnuiește cu cofeina, iar efectul diuretic al acesteia se reduce aproape la zero. De asemenea, cafeaua este o băutură care este compusă în proporție de 99% din apă. Prin urmare, nu trebuie să vă faceți griji cu privire la efectul diuretic al băuturii dvs. preferate.

Cofeina are, insa, un efect psihostimulant. Prin urmare, ajută să faceți față oboselii, somnolenței și să vă ascuțiți atenția. Provoacă un val de energie, îmbunătățește starea de spirit și activitatea mentală. Cofeina se găsește în multe medicamente eliberate pe bază de prescripție medicală și fără prescripție medicală care sunt prescrise pentru dureri de cap, boli de inimă, astm, alergii și nevralgii. În plus, cofeina crește nivelul de dopamină din organism, ceea ce duce la faptul că iubitorii de cafea sunt mai puțin predispuși să sufere de parkinsonism și demență senilă. Cu toate acestea, persoanele cu excitabilitate crescută și boli mintale ar trebui să trateze cofeina cu prudență.

Cafeaua afectează, de asemenea, tensiunea arterială. Dar numai temporar. Motivul este cafeina conținută în cafea. Aceasta este cea care ridică pentru scurt timp tensiunea arterială. Odată cu consumul regulat de cafea, organismul nostru se obișnuiește cu cofeina și practic nu se observă nicio modificare a tensiunii arteriale. Bineînțeles, persoanele cu hipertensiune ar trebui să fie atente la consumul de cofeină.

Multe persoane se plâng de arsuri la stomac, dureri la nivelul stomacului și al intestinelor atunci când beau cafea. Prin urmare, există opinia că cafeaua nu este potrivită pentru persoanele cu un stomac sensibil. Acest lucru este greșit. Cauza problemelor nu se află, de obicei, în cafeaua în sine, ci în metoda de prăjire a acesteia. Coacerea industrială se face pentru o perioadă scurtă de timp la temperaturi foarte ridicate. Prin urmare, acizii conținuți în cafea nu au timp să se descompună. În plus, o astfel de coacere produce substanțe care irită stomacul.

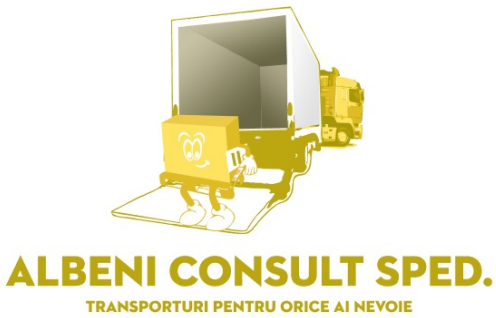
Persoanele cu stomacul sensibil ar trebui să bea cafea care a fost prăjită ușor la o temperatură scăzută într-un tambur de prăjire. Cafeaua instant, ca orice cafea industrială, este complet nepotrivită pentru persoanele care au grijă de sănătatea lor și care au un stomac sensibil. Cafeaua instant ar trebui evitată cu totul. Potrivit studiilor științifice, cafeaua instant conține niveluri ridicate de acrilamidă. Această substanță chimică crește semnificativ probabilitatea de a dezvolta tumori maligne. În plus, acrilamida poate provoca leziuni nervoase.

Această substanță se formează în mod natural în unele produse în timpul unui tratament termic puternic și are un impact negativ asupra sănătății noastre. Din fericire, cafeaua naturală conține o cantitate minimă de acrilamidă. Soluția este cafea de calitate! De obicei, consumul a 4 cești de cafea pe zi nu cauzează probleme de sănătate. Dimpotrivă, cafeaua are un efect pozitiv asupra stării generale de bine, a dispoziției, a nivelului de energie, a performanței și a concentrării.

În plus, cafeaua conține o cantitate mare de antioxidanți, minerale și vitamine, are un efect benefic asupra sistemului imunitar și digestiv și previne dezvoltarea celulelor canceroase. Dacă doriți să vă bucurați de o ceașcă de cafea cu beneficii maxime pentru sănătate, atunci cumpărați numai cafea de înaltă calitate, proaspăt prăjită și măcinată imediat înainte de a o bea. Ar trebui să abordați cafeaua cu atenție dacă suferiți de boli coronariene, ateroscleroză, boli renale, ulcer gastric, hipertensiune, glaucom sau excitabilitate crescută.

DIN ACEEASI CATEGORIE...

- **Dezvaluire medicala: Boala Alzheimer a fost răspândită prin tratamente care sunt astăzi interzise**
- **S-a schimbat Protocolul anti Covid: Medicamentul minune care devine obligatoriu!**
- **UE interzice aceste electrocasnice în case. Lista completă a aparatelor și când intră în vigoare măsurile luate**
- **Statele UE au votat prima lege care elimină înlocuirea oamenilor cu inteligența artificială!**
- **Criza climatică se va vedea in portofel: FMI cere introducerea taxei pe carbon - "Ar determina o importantă creștere a nivelului de sărăcie"**



comentarii

Adauga un comentariu

Adauga comentariu

Nume*

Nume

Email*

Email

Comentariu

Comentariu

Trimite

ULTIMA ORA

Dezvaluire medicala: Boala Alzheimer a fost răspândită prin tratamente care sunt astăzi interzise

Au apărut dovezi că practica de injectare a hormonului de creștere la copii, folosind extract de la persoane decedate, poate arăta cum se transmite boala Alzheimer.

S-a schimbat Protocolul anti Covid: Medicamentul minune care devine obligatoriu!

Ministerul Sănătății a schimbat, din nou, protocolul pentru tratarea pacienților cu COVID-19. Pentru a se alinia recomandărilor de la nivelul Uniunii Europene, România renunță la medicamentul molnupiravir.

Beneficiile surprinzătoare ale cafelei: Reduce riscul a două tipuri de cancer

Beneficiile medicinale ale cafelei: Reduce riscul a două tipuri de cancer. Cafeaua este cea mai populară băutură răcoritoare din lume. Cu toate acestea, zvonurile despre impactul negativ al acesteia asupra sănătății pot fi auzite și astăzi.

UE interzice aceste electrocasnice în case. Lista completă a aparatelor și când intră în vigoare măsurile luate

Uniunea Europeană a decis interzicerea frigiderelor și aparatelor de aer condiționat pentru a proteja clima. În context este vorba despre folosirea aparatelor electrocasnice care funcționează pe bază de freon. De asemenea, aparatele care folosesc gaze fluorurate, cum ar fi frigiderele și sistemele de aer condiționat, vor trebui înlocuite conform noilor reglementări.

Război în Orientul Mijlociu: SUA lansează bombardamente de amploare în Siria și Irak: "Acesta este doar începutul unor atacuri pe scară largă"

Statele Unite au început să efectueze lovituri aeriene asupra unor ținte din Irak și Siria, începutul a ceea ce va fi probabil o serie de lovituri americane pe scară mai largă asupra miliților susținute de Iran care au comis atacuri asupra trupelor americane din Orientul Mijlociu, potrivit a doi oficiali americani citați de CNN.

Afaceri ilegale cu arme la Kiev - Ministrul Apărării anunță suspedarea unui înalt oficial suspectat de corupție

Ministrul ucrainean al apărării Rustem Umerov l-a suspendat pe un oficial de rang înalt în timp ce autoritățile investighează suspiciuni de corupţie în achiziţia de arme, a anunţat vineri ministerul său.

Statele UE au votat prima lege care elimină înlocuirea oamenilor cu inteligența artificială!

Statele UE au aprobat vineri o legislaţie inedită la nivel mondial pentru reglementarea inteligenţei artificiale (AI), la capătul unor negocieri intense, a anunţat preşedinţia belgiană a Consiliului UE.

Criza climatică se va vedea in portofel: FMI cere introducerea taxei pe carbon - "Ar determina o importantă creștere a nivelului de sărăcie"

Introducerea taxei pe carbon a fost una dintre cererile experților FMI, făcută în timpul recentei vizite la București, pentru reducerea deficitului bugetar. Mai exact, FMI a solicitat "introducerea unei taxe pe carbon în sectoarele transporturilor și construcțiilor sau a unor accize suplimentare pe combustibilii fosili."

Toti cei care se vor naste dupa 2052 vor fi obligatoriu gay si transumanisti, conform unei cercetari a Forumului Economic Mondial

"Religia" Woke e centrata pe fenomenul LGBT, pe ideea de transgenderism si alte libertati sexuale, in primul rand pentru a sterge identitatea de gen. Persoana nu numai ca-si poate alege genul masculin sau feminin dupa cum doreste, poate alege chiar si genul neutru.

DIN CATEGORIE

- TOP CITITE
- TOP COMENTATE

- 1.Vor s-o interzică si p-asta! Legumele cultivate acasă cică au amprenta de carbon de cinci ori mai mare decât în cazul agriculturii convenționale
- 2.Cine sunt cei doi basarabeni care ar fi incendiat Ferma Dacilor
- 3."Energia verde" a României a crăpat după prima zi de ger: Termocentrala pe huilă de la Paroșeni a fost pornită la capacitate maximă
- 4.Președintele Forumului Economic Mondial: "2024 este primul an al Noii Ordini Mondiale" VIDEO
- 5.Bard, asistentul de inteligență artificială de la Google, setat să citească toate mesajele private, chiar și pe cele din trecut
- 6.Davos: Fermierii și producătorii de energie să fie asimilați criminalilor de război pentru "daunele provocate naturii"
- 7.Untul de muscă, un nou aliment inventat de producători folosit la fabricarea napolitanelor, biscuiților și prăjiturilor
- 8.Secretele orașului scufundat după judecata lui Dumnezeu. Găsit după sute de ani impecabil conservat
- 9.Ce interes se ascunde in spatele manevrei?! Acțiunile Hidroelectrica au picat după recomandarea de vânzare a americanilor de la Citi
- 10.Pare SF? Forumul de la Davos: "Microcipuri zburătoare" care pot detecta "infracțiuni ale gândirii" și "dezactiva creierul"

- Ramai conectat

  Facebook
  Twitter
  RSS Feed

- Informatii

  Contact

- Versiunea mobile

  Versiunea mobile Romana

- Newsletter

Introduceti emailul dvs. mai jos pentru a primi ultimele stiri de pe site-ul ZiuaNews.ro

adresa e-mail

- ZIUAnews © 2013